Адаптация ребенка в детском саду.

Почему одни дети вливаются в детсадовский коллектив без особых проблем, а другие испытывают непреодолимые трудности? Родители не должны оставаться безучастными к проблемам малыша и знать, каковы признаки дезадаптации ребенка, в чем ее причины, какие могут быть последствия и как помочь своему ребенку адаптироваться в садике.

Прежде всего поймите, что дело не только в индивидуальных особенностях ребенка и его характере, не меньшее значение имеет психологическая готовность ребенка к детскому саду, навыки общения ребенка со взрослыми и в коллективе сверстников. Очевидно, что адаптация ребенка в детском саду напрямую зависит от подготовки малыша к садику. Поэтому позаботьтесь заранее о том, чтобы правильно настроить малыша на нужный лад. Постарайтесь заранее донести до малыша мысль, что детский сад — неотъемлемая и естественная часть его жизни. Постарайтесь, чтобы со временем у него исчезло резкое противопоставление между детским садом и домашней жизнью: разрешайте ему брать с собой любимые игрушки из дома, приглашайте к себе в гости его маленьких друзей из группы.

Все дети по-разному переживают процесс адаптации к детскому саду, но абсолютному большинству все же удается адаптироваться к новым условиям в течение 3-6 месяцев. Однако в некоторых случаях адаптация ребенка в детском саду затягивается, а то и вовсе терпит крах, - это называется дезадаптацией.

Хотя полная дезадаптация встречается довольно редко (примерно в одном случае из ста), родителям нужно знать её признаки, чтобы суметь заметить первые тревожные признаки и вовремя принять меры, потому что игнорирование этой проблемы неминуемо отразится на темпах развития ребенка и нанесет малышу серьезную психологическую травму. Чем раньше вы заметите, что адаптация ребенка в детском саду проходит не так, как надо, тем больше шансов исправить ситуацию.

Признаки дезадаптации.

Самым ранним признаком дезадаптации ребенка в детском саду является его стойкое нежелание посещать дошкольное учреждение. Речь идет не о первых днях ребенка в детском саду, а о более продолжительном сроке в несколько месяцев. Если ребенок изо дня в день жалуется на то, что в саду

плохо, его там обижают и ругают, то это повод задуматься.

Если ребенку не удается адаптироваться к детскому саду, то через некоторое время появляются более серьезные признаки дезадаптации, они же одновременно являются последствиями.

Причины дезадаптации.

Проблема с адаптацией ребенка в детском саду возникает, когда малыш не может найти общий язык со сверстниками, то есть другие дети не хотят играть с ним, обижают его, отнимают игрушки, дразнят и так далее. Происходит это оттого, что ребенок попросту не умеет общаться с другими детьми или неправильно позиционирует себя в коллективе, обладая завышенной или заниженной самооценкой.

К примеру, если ребенок привык к тому, что взрослые потакают любым его капризам, а шалости сходят с рук, то в детском саду ему придется нелегко, потому что ни дети, ни воспитатели не станут делать поблажки. Робкие и стеснительные малыши тоже сталкиваются с определенными проблемами. Они неохотно идут на контакт с другими дошкольниками и становятся мишенью для задир. Соответственно, у ребенка появляется страх перед детским садом и другими детьми, возникает ощущение незащищенности и беспомощности.

Другой причиной дезадаптации ребенка в детском саду могут стать некорректные действия педагогов. Излишняя строгость и агрессия со стороны воспитателя может вызвать страх перед садиком даже у общительного и всесторонне подготовленного к детскому саду ребенка.

Испачканная на прогулке или неправильно сложенная одежда, оставленная на тарелке еда, перепачканные руки – всё это может стать предметом замечаний, а иногда и более эмоциональной реакции со стороны воспитателя. Надо ли говорить, что ребенок расстраивается, когда его ругают, и расстраивается вдвойне, когда это делают посторонние люди да еще и на глазах у всего коллектива. Если же это происходит с завидной регулярностью, то малыш может просто замкнуться в себе и сидеть в стороне на стуле, чтобы не навлечь на себя неприятности.

Что делать?

Такая проблема не решится сама собой, здесь требуется активное вмешательство родителей и специалистов. Если просто наблюдать со стороны в надежде на то, что ребенок разберется сам, то вскоре, возможно, малыша вообще придется забрать из детского сада.

Первое, что нужно сделать, – побеседовать с воспитателями и детским психологом, работающим в детском саду. При необходимости можно обратиться и к детскому неврологу.

Основная работа по адаптации ребенка к детском саду ложится на плечи воспитателей и детского психолога, но родителям тоже по силам внести свою лепту в этот непростой процесс.

Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду.

Очень важно, чтобы в первые дни ребенка в детском саду дома всё оставалось по-прежнему. Это касается и режима дня, и правил поведения. Причем о подходящем режиме дня следует позаботиться заранее. Это является частью подготовки ребенка к детскому садику.

Приводите ребенка в детский сад чуть раньше или чуть позже, чем остальные родители. Может, ваш ребенок и не собирался плакать при расставании с вами, но, увидев, как ведут себя другие дети, заплачет обязательно. Расставайтесь с малышом правильно!

Отправьте вместе с ребенком в детский сад любимую игрушку. Знакомая вещь в непривычной обстановке помогает ребенку быстрее успокоиться. Этот нехитрый способ на самом деле очень действенный. Скажите, что игрушка хочет в гости в детский сад, сапожки хотят погулять по дорожкам садика, нужно отнести что-то воспитателю и т.п.

Готовьтесь в садик с вечера. Перед вечерним туалетом вместе подготовьтесь к детскому саду: какую игрушку возьмете с собой, что наденете, выполнено ли задание воспитателя, все сложите в пакет и поставьте в коридор.

Старайтесь избегать других стрессовых для ребенка ситуаций. Поход к врачу, прививки, гости – все это лучше отложить на потом, когда ребенок адаптируется к детскому саду.

Ни в коем случае не ругайте и не пристыжайте ребенка за слезы и нежелание идти в детский сад, не сравнивайте его поведение с поведением других детей, лучше всячески демонстрируйте ему свою любовь. Постарайтесь не совершить двух самых распространенных ошибок в воспитании ребенка этого периода: не пугать ребенка садиком и не задабривать обещаниями подарков.

Часто сони охотнее всего встают под звуки веселой музыки или услышав голоса героев любимого мультика. Соням надо дать возможность поваляться, а значит будить их нужно пораньше. Хорошо, если взрослый вста-

нет пораньше и сделает все свои необходимые дела, чтобы потом не раздражаться и не торопить ребенка по пустякам.

Помогайте малышу одеваться, не торопите его. Чаще подбадривайте: «Скоро станешь большой, как папа/мама и будешь все уметь сам, видишь ты уже умеешь сам одевать шапку, ты у меня совсем взрослый!».

Будьте внимательны к жалобам ребенка. Если малыш жалуется на воспитательницу и не хочет идти в садик именно из-за нее, не спешите бежать к директору и устраивать скандал. Осторожно расспросите ребенка, что именно его не устраивает, только не задавайте ему наводящих вопросов («Кричит?», «Наказывает?»). Вполне возможно, что ребенок немного хитрит и фантазирует, такие методы свойственны детской психологии в раннем возрасте. Поговорите с воспитательницей — не предъявляя претензий, просто обсудите поведение и воспитание ребенка. Скорее всего, вы сможете сообща исправить ситуацию.

Если ребенок выглядит измотанным и нервным после дня, проведенного в детском саду, не спешите паниковать, это естественно для первого времени. Многие дети становятся поначалу капризными, плаксивыми — они еще не готовы к такому обилию новой информации и эмоций. Привыкнет. Не ругайте его за плохое поведение в первые дни, за незнание или нежелание выполнять правила детского коллектива. Маленькому человечку нелегко себя контролировать целый день. Не все сразу. Позвольте ребенку выплеснуть эмоции, пошуметь, пошалить и побегать вечером, вреда от такой разрядки не будет. Пройдет совсем немного времени, и ваш малыш освоится в новой обстановке, заведет себе новых друзей и по утрам будет бежать к ним с той же радостью, что и по вечерам — в ваши объятья!

Прежде чем посещение детского сада станет для ребенка привычным и радостным делом, пройдет немало времени, ведь период адаптации к садику одинаково непрост как для малыша, так и для мамы, которой тяжело доверять воспитание ребенка чужим людям. На то, чтобы освоиться в детском коллективе и свыкнуться с отсутствием мамы каждому ребенку требуется разное количество времени. Будьте терпеливы, проявляйте заботу и внимание к своему малышу, и тогда у него обязательно все получится!